

## 米沢牛を用いた料理のレシピ考案及びレシピ集パンフレットの作成事業

江 口 智 美

実施期間：平成26年5月～6月

担当教員：江口智美、齋藤寛子

連携機関：置賜農業振興協議会

事業内容：米沢牛レシピ集の作成及び周知

### 1. 目的

全国でも知名度の高いブランド牛の米沢牛であるが、すき焼き、しゃぶしゃぶなどの一般的な食べ方以外のかたちを提案させていただく。方法としては、米沢牛レシピのパンフレットを作成・配布し、県内外の方々に、より親しみを感じてもらえるような活動を行う。

### 2. 概要

図1に示す流れで本事業を進めた。

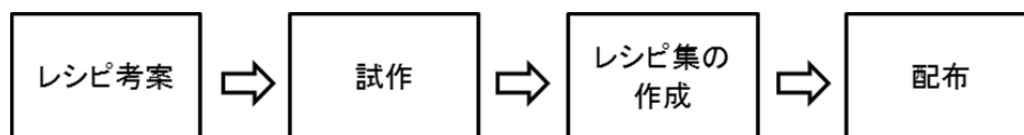


図1. 事業の流れ

#### (1) レシピ考案

山形県立米沢栄養大学1年生（H26生）と山形県立米沢女子短期大学健康栄養学科2年生（H25生）の全員が、地元の食材である米沢牛を用いて、ただの牛肉料理ではなく、米沢牛の旨味である、脂のおいしさを活かすことに着目した料理を考案した。平成26年5月8日（木）までに84点のレシピが集まった。集まったレシピの中から、担当教員による選考を行った。山形県の特産品や郷土料理の味付けを取り入れたレシピを中心に、優秀なものを19点選考した。

#### (2) 試作

選考レシピを考案した学生を中心に、平成26年6月9日（月）に試作を行った。味どころふる山の古山裕喜氏に参加いただき、食材の組み合わせや作り方についてのアドバイスをいただいた。細かい分量の決定、つくり方の調整、写真撮影を行った。複数の類似レシピは1点にまとめ、レシピ集に掲載するレシピは10点に決定した。

#### (3) レシピ集の作成

写真付きのレシピ集としてパンフレットを作成印刷した（図2、図3、表1）



図 2. レシピ集の表紙

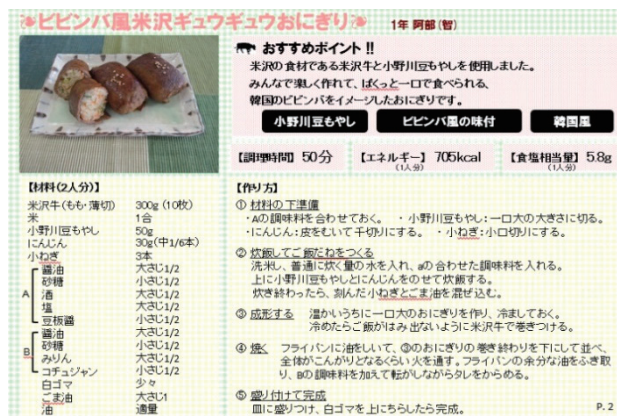


図 3. レシピ集より抜粋したレシピの一例

表 1. 掲載レシピと考案者の一覧

料理写真	料理名・考案者	料理写真	料理名・考案者
	彩り肉巻きおにぎり～米沢ver.～ 伊藤沙綾(H26生), 尾形綾香(H26生), 関口明香里(H26生), 保坂寿奈(H26生), 堀なつき(H26生), 吉川ちさと(H26生), 石黒実咲(H25生), 中嶋望美(H25生)		里芋と米沢牛の芋煮風スープ 細矢彩奈(H25生)
	ビビンバ風米沢ギョウギョウおにぎり 阿部智咲(H26生)		米沢牛と車麩の煮物 戸津瑛理子(H26生)
	甘辛米沢牛わさびサラダ巻き 森めぐみ(H25生)		館山りんごの米沢牛巻き 須貝実夏(H26生), 齋藤夏希(H25生)
	養沢♡米沢牛だし茶漬け 川又彩加(H25生)		米沢牛とまいたけのホイル蒸し ～まろやか味噌味～ 伏見悠(H25生)
	米沢牛のすき焼き風パスタ 須田千晴(H26生), 新目明音(H25生)		米沢牛ステーキの桜桃ソース仕立て 近藤若奈(H26生)

#### (4) 配布

平成 26 年 6 月 29 日（日）に米沢市松川河川敷にて開催された“おきたま食の応援団”置賜農業振興協議会・山形おきたま観光協議会主催の観光イベント「食の桃源郷おきたまうまさギョッ牛と米沢牛さくらんぼまつり」にて、来場者にレシピ集パンフレットを配布した（図 4, 図 5）。当日は、主催者が開催したさくらんぼ早食い大会の運営補助も行い、イベントを盛り上げた（表 2）。また、平成 26 年 11 月 1 日（土）2 日（日）に山形県立米沢栄養大学にて開催された第 1 回日本栄養改善学会東北支部学術総会にて、参加者にパンフレットを配布した。計 577 部を配布した。



図 4. 食の桃源郷おきたまうまさギョッ牛っと米沢牛さくらんぼまつり



図 5. イベント当日の配布の様子

表 2. 食の桃源郷おきたまうまさギョッ牛っと米沢牛さくらんぼまつりで活動した学生

レシピ集パンフレットの配布 (9名)		さくらんぼ早食い大会の運営補助 (6名)	
H26生	伊藤沙綾	H26生	阿久津朋香
"	小田原桃子	"	佐々木千秋
"	近藤若奈	"	松井萌々
"	保坂寿奈	H25生	黒田志穂
"	堀なつき	"	小堀紀子
H25生	齋藤夏希	"	細矢彩奈
"	佐藤郁美		
"	林桃子		
"	森めぐみ		